

Jazz Dance für Frauen, Mittwoch 19.30h-21h

In der Abteilung DTV 1847 e.V. tanzen jeden Mittwoch Frauen von 35 bis 55 Jahren zusammen. Diese Gruppe sucht noch Verstärkung! Hier kann „Frau“ Grundlagen des Jazz Dance kennen lernen und vorhandene Grundkenntnisse weiter vertiefen. Vorerfahrungen sind dabei nicht notwendig, vielmehr lernen die Teilnehmerinnen im Laufe der Zeit schrittweise neue Schrittkombinationen und Choreographien kennen. Neben einer ausgiebigen Erwärmung sind Kraft- und Dehnübungen in die Übungsstunde mit eingebunden. Auftritte sind eher selten und auch kein Zwang! Es geht in der Gruppe um den Spaß an der Bewegung auf Musik und darum, dass die „grauen Zellen“ aktiv bleiben. Der Einstieg ist jederzeit möglich!